

メールコミュニケーションスキルが社会的スキルに与える影響

-高校生を対象として-

原田 素美礼 ¹⁾ 平川 沙織 ¹⁾ 境 泉洋 ²⁾

INFLUENCE OF MAIL COMMUNICATION SKILLS ON SOCIAL SKILLS -FOCUSING ON THE HIGH SCHOOL STUDENTS-

Sumire HARADA ¹⁾ Saori HIRAKAWA ¹⁾ Motohiro SAKAI ²⁾

Abstract

The purpose of this study was to examine the influence of Mail Communication Skills on Social Skills.

Six-hundred seventy three high school students responded to the MC Skills Scale and Social Skills Scale. Our data analysis of MC Skills gender comparison resulted in finding no difference between gender.

Also, results showed that MC Skills influenced Social Skills when the receiver was of the same gender. In addition, "The ability to decipher the other's feelings" was strongly associated with social skills regardless of gender.

Finally, the explanatory variable between MC Skills and Social Skills was low when the receiver was opposite sex; which warrants further study. Furthermore, it is likely that this result is the influence of factors other than MC Skills. Therefore, it is necessary to consider new variables, other than MC Skills in future studies.

KeyWords ; mail communication skills, social skills, high school students.

¹⁾ 徳島大学大学院
The University of Tokushima

²⁾ 徳島大学大学院 ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部
Institute of Socio-Arts and Sciences, The University of Tokushima

【問題と目的】

現代社会において、子どもの携帯電話所有率は、小学生 1.8%、中学生 46.8%、高校生 96.0%である（内閣府，2010）。携帯電話の普及率は年々増加傾向にあり、下田（2006）は中高生の携帯電話利用の特徴として、携帯メールによる知人の拡大と繋がり強化を指摘している。このことから、小中高生において携帯電話が人間関係を形成・維持するための重要な役割を担っていることが示唆される。

一方、近年、子どもの抑うつ問題は世界的に多大な関心を集めている。わが国において、12～14歳のうつ病の時点有病率は4.9%、生涯有病率は8.8%であると報告されている（佐藤ら，2008）。軽症も含めると、子どもの頃に抑うつ問題を抱えている場合、成人になって60～75%がうつ病を再発すると報告されている（傳田ら，2007）。このような再発率の高さから、うつ病の子どもは成人後もうつ病に罹患するリスクが高いことが示されている。

児童・青年期の抑うつ症状に対する早期対応は重要な課題であることとなる。佐藤ら（2009）は、学校場面において、一般の人すべてを含めたユニバーサルタイプの心理学的介入が有益であることを論じている。そして、石川ら（2010）は、社会的スキル訓練により、児童の抑うつ症状が有意に低減することを報告している。また、石川ら（2007）によると、社会的スキルと学校不適応間の関連において、ソーシャルサポートが媒介要因となりうることを示唆され、ソーシャルサポートの増大を通じて、社会的スキルの獲得が学校不適応感の改善に影響を及ぼすことが明らかにされている。

このことから、児童において、社会的スキルを向上させることにより、学校での友人関係や教師との関係が改善されることが示された。高橋ら（1993）は、不登校を伴う社会的引きこもり児に関する社会的スキル訓練においては、社会的スキル訓練を行うことで、引きこもり行動の変容を試みている。その結果、自己主張行動・他者賞賛行動が獲得され、対象児と他児との間の言語的やりとりが連続されるようになり、引きこもり行動は認められなくなり、同時に不登校の問題も改善された。また、金山ら（2004）は、社会的スキル教育（以下、SSE）が児童生徒の社会的スキルを高めることに一定の効果を持つことを明らかにしている。これらのことから、児童・青年期における精神的健康への予防として、社会的スキルが重要であることが示唆される。

社会的スキルの中でも、携帯メールに焦点を当てた研究も行われている。本田（2010）の研究では、高校生において、携帯電話のメール機能に着目したSSEが行われており、一人ひとりの生徒、および学級集団の人間関係をアセスメントし、生徒に無理のない形でソーシャルスキルの学習を促す点に工夫がなされている。そのために、生徒の興味を引き、かつ対面としてリハーサルを行うよりも緊張感が低い方法として、リハーサル形式として「携帯電話のメール」を意識するように促しながらSSEのリハーサルを行った。携帯メール上でのコミュニケーション場面が特定され（待ち合わせに遅刻して謝る場面など）、その設定上で、自分が相手にどうメールを作成するかを、プリント

に回答を求め、その回答をクラス内の友達がコメントするという形式で行われた。その結果、社会的スキルの「謝るスキル」、「相談するスキル」において有意な増加が認められたと報告されている。このように、携帯メールに焦点をあて、社会的スキルの向上を意図した研究はあるが、携帯メール上でのコミュニケーションを円滑に進める能力（メールコミュニケーションスキル、以下 MC スキル）と、社会的スキルを具体的に比較した研究は未だ少ない。

本研究では、MC スキル と社会的スキルの関係について検討することを目的とする。高橋（2003）は、MC スキル尺度を作成し、社会的スキルとの相関を検討している。しかし、高橋（2003）の研究では、対象者が女性のみであることや、被験者数が少ないという問題が指摘されている。そこで本研究では、高橋（2003）の研究で作成された尺度を、対象者を男性も含めたものとし、対象者を増やすことで再検討する。

また、携帯メール相手を特定し回答を求めることで、MC スキルが携帯メール相手により変化するか検討する。足立ら（2003）の研究によると、携帯メール相手として「同性の友人」、「恋人」、「異性の友人」が上位 3 位であった。対象者が高校生であることを考慮し、恋人を除き、携帯メール相手は「同性の友人」と「異性の友人」にして検討を行う。高橋（2003）の研究で、社会的スキルと MC スキルの相手の気持ちの解読可能性に中程度の相関が得られていることから、本研究においても同様の関連が認められると考えられる。

以上のことから、本研究では、精神的健康への予防として社会的スキルが重視される児童・青年期に該当し、かつ携帯電話所有率の高い高校生を対象とし、携帯メール相手別に、MC スキルが社会的スキルに与える影響を検討する。このことにより、携帯電話に焦点を当てた社会的スキル訓練の発展に寄与する知見が得られるものと期待する。本研究の仮説は以下の通りである。本研究の仮説は以下の通りである。本研究の仮説は次の通りである。

- ① 携帯メール相手が同性である方が異性であるよりも、MC スキルが社会的スキルに与える影響が強い。
- ② MC スキルの「相手の気持ちの解読可能性」は、社会的スキルに影響を与えている。

【方法】

1. 調査対象者

島根県内の A 高等学校に在籍する 1 年生から 3 年生 673 名（男性 328 名、女性 345 名）、有効回答数は 488 名（男性 226 名、女性 262 名、72.5%）、平均年齢は 16.43 歳、 $SD=0.2168$ であった。欠損値においては、尺度の 10%以内のものは最頻値を代入し、10%以上のものは削除した。

2. 調査手続き

島根県内の A 高等学校にて、質問紙を配布・回収した。調査期間は 2010 年 9 月上旬で、高等学校の教諭により、質問紙は個人の特定制がでないよう無記名・任意で行われることなど調査に関する説明を行い、協力に同意の得られた者のみに回答を求めた。

3. 質問紙の構成

- ① フェイスシート

年齢，学年，携帯電話所有の有無，携帯電話所有者（家族共用，あるいは自分専用の携帯電話），携帯電話で最も使う機能（web 利用，通話，メール，カメラ，スケジュール・時計（アラーム），音楽プレーヤー，その他），携帯メールの使用頻度，携帯メールの 1 日の送受信件数，携帯メールを使用する相手の範囲（家族，友達（同性），友達（異性），恋人，その他），最も携帯電話を使用する相手（家族，友達（同性），友達（異性），恋人，その他）について回答を求めた。

②社会的スキル

菊池（1988）によって作られた Kikuchi's Scale of Social Skills 18 items（以下，KiSS-18）を用いた。この尺度は「知らない人とでも，すぐに会話が始められる（初歩的なスキル）」，「他人にやってもらいたいことをうまく指示できる（高度なスキル）」，「怖さや恐ろしさを感じたときに，それをうまく処理できる（感情処理のスキル）」，「気まずい事があった相手と，上手に和解できる（攻撃に代わるスキル）」，「周りの人達が自分とは違った考えをもっている，うまくやっていける（ストレスを処理するスキル）」，「仕事の目標を立てるのに，あまり困難を感じない（計画のスキル）」といった 6 因子 18 項目で構成されている。回答は 1（いつもそうでない）から 5（いつもそうだ）の 5 段階評定で回答を求めた。

③メールコミュニケーションスキル

高橋（2003）によって作られたメールコミュニケーションスキル尺度を用いた。この尺度は「相手の都合がよい時間を見計らって，メールを送っている（送信時間帯の配慮）」，「メール

のやりとりで，相手の気持ちのちょっとした変化を感じ取ることができる（相手の気持ちの解読可能性）」，「自分を抑えて相手にあわせている（相手を配慮した反応）」，「メールが来たらきちんと返事をする（返信の適切性）」4 因子 18 項目で構成されている。回答は 1（いつもそうでない）から 5（いつもそうだ）の 5 段階評定で回答を求めた。

【結果】

1. 携帯電話の所有及び使用の実態

携帯電話の所有状況について，携帯電話所持者は 95.9%（男性 93.3%，女性 98.9%）であった。そして，「携帯電話を持っていない」は 0.6%（男性 0.4%，女性 0.8%），「その他」は 3.5% であった。携帯電話を所持している者のうち，「自分専用の携帯電話を所有している」は 95.7%（男性 92.9%，女性 98.9%），「家族と共有の携帯電話を所持している」は 0.2%（男性 0.4%，女性 0.0%）であった（Figure 1）。

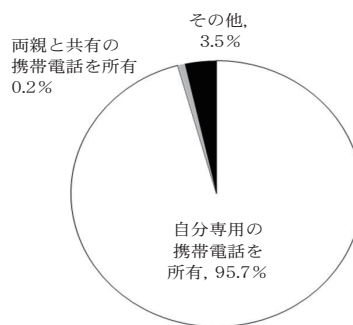


Figure 1. 携帯電話所持状況

携帯電話で最も使用する機能については，メールが 54.5%，インターネット利用が 25.5% となり，携帯電話の機能の中で，最もメールが使用されていることが示された。

携帯メールの利用状況については、「ほぼ毎日メールをする」が65.7%(男性59.9%, 女性70.5%), 「週に数回メールをする」が30.6%(男性36.4%, 女性25.8%), 「月に数回メールをする」が0.6%(男性0.0%, 女性1.1%), 「メールはほぼしない」が3.1%(男性3.7%, 女性2.7%)であり、携帯メールに関しては「ほぼ毎日メールをする」生徒が過半数を占めることが示された。一日の送受信数は、全体28.8通(男性22.7通, 女性33.8通)であった。

携帯メール使用相手については、「最もメールをする相手」としては「同性の友人」が59.2%(男性57.8%, 女性60.3%), 「家族」が15.3%(男性13.4%, 女性16.7%), 「異性の友人」が14.6%(男性19.4%, 女性10.7%), 「恋人」が10.4%(男性8.6%, 女性11.9%), 「その他」が全体0.5%(男性0.7%, 女性0.3%)であった。このことから、携帯メールをする相手として、男女共に「同性の友人」が過半数を占めることが示された (Figure2)。

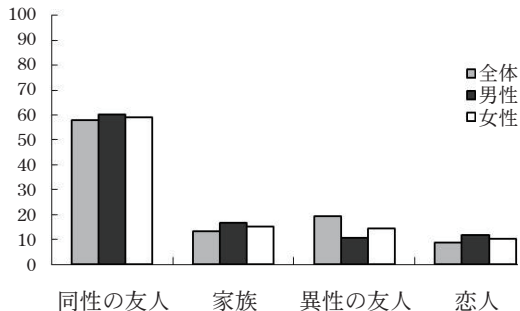


Figure 2. 最も、携帯メールをする相手

これらの結果から、高校生の約9割が携帯電話を所持しており、ほぼ毎日携帯メールを使用し、一日約30通

ものやりとりを友達に行っていることが明らかにされた。

本研究では、携帯メールの使用相手として、「最も親しい同性の友人」、「最も親しい異性の友人」に特定してMCスキルを測定した。本研究の結果からは、最もメールをする相手としては「異性の友人」14.6%より、「家族」15.3%の割合の方が高いことが明らかにされた。この結果から、本来なら、携帯メール相手を「同性の友人」、「家族」に設定するのが妥当と考えられる。しかし、高校生における携帯メールの役割は、友人の形成・維持を目的としていることから(下田, 2006), 本研究においては「同性の友人」、「家族」を携帯メール相手として設定せず、「友人」に焦点をあて、「同性の友人」、「異性の友人」を携帯メール相手として設定して討する。

2. 性差によるMCスキルの比較

男女間でMCスキルに差があるか検討するため、性別を独立変数、MCスキルの得点を従属変数として、対応のないt検定を行った。その結果、男女間に有意な差は認められなかった($t(486) = .55$, $n.s.$)。また、MCスキルの下位尺度得点については、携帯メール相手が異性の場合の「返信の適切性」において、男性の得点が女性よりも有意に高いことが示された($t(486) = 2.95$ ($p < .01$))。

3. 携帯メール使用相手によるMCスキルの比較

携帯メール相手の性別によって重視されるMCスキルに違いがあるか検討するため、MCスキルを独立変数、携帯メール相手の性別を従属変数とする。t検定を行った。その結果、携帯メール相手が同性の場合のMCスキ

ルが、異性の場合より有意に高いことが示された ($t(486)=4.65$, $p<.01$) .

また、MC スキルの下位尺度得点については、「送信時間帯の配慮」において、携帯メール相手が異性である場合が、同性である場合よりも有意に高いことが示された ($t(487)=-5.17$, $p<.001$) . さらに、「相手を配慮した反応」においても、携帯メール相手が異性である場合、同性である場合よりも有意に高いことが示された ($t(487)=-2.21$, $p<.05$) . 一方で、「返信の適切性」においては、携帯メール相手が同性である場合が、異性である場合よりも有意に高いことが示された ($t(487)=-5.17$, $p<.001$) . これらのことから、携帯メール相手が同性である場合と異性である場合のスキルに有意な差が認められなかったため、これ以降の分析は、携帯メール使用相手の性別ごとに行った.

4. 尺度間の相関 (社会的スキルと MC スキル (同性, 異性))

社会的スキルと、MC スキルとの関係が、性差によって異なるか検討するため、携帯メール相手が同性である場合の MC スキルと、携帯メール相手が異性である場合の MC スキル分け、社会的スキルと MC スキルの 4 因子間における pearson の積率相関係数を求めた (Table1).

その結果、社会的スキルと携帯メール使用相手が同性の場合の MC スキルは、中程度の正の相関関係が認められた ($r=.43$; $p<.01$). また社会的スキルと、MC スキル (同性) の下位尺度得点との相関関係を検討した. その結果、「相手の気持ちの解釈可能性」

($r=.50$; $p<.001$) において中程度の正の相関, 「送信時間帯の配慮」($r=.22$; $p<.001$), 「返信の適切性」($r=.20$; $p<.001$) において弱い正の相関が認められた.

社会的スキルと携帯メール使用相手が異性の場合、弱い正の相関が認められた ($r=.33$; $p<.01$). また社会的スキルと、MC スキル (異性) 各因子との相関関係を検討した結果、「相手の気持ちの解釈可能性」($r=.30$; $p<.001$) において弱い正の相関が認められた.

Table 1 MCスキルと社会的スキルの Pearson の積率相関係数 ($N=488$)

	社会的スキル
MCスキル (同性)	.43 **
送信時間帯の配慮	.22 ***
相手の気持ちの解釈可能性	.50 ***
相手を配慮した反応	.12 **
返信の適切性	.20 ***
MCスキル (異性)	.33 **
送信時間帯の配慮	.10 ***
相手の気持ちの解釈可能性	.30 ***
相手を配慮した反応	.10 **
返信の適切性	.06 ***

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

5. MC スキルが社会的スキルの与える影響

携帯メール相手別の MC スキルが社会的スキルに与える影響について検討するために、携帯メール相手が同性の場合の MC スキル、携帯メール相手が異性である場合の MC スキルを独立変数、社会的スキルを従属変数として重回帰分析を行った (Table2)

その結果、重決定係数は有意であった ($R^2=.19$ ($F(2, 487)=56.69$, $p<.001$). 標準偏回帰係数から、携帯メール相手が同性である場合の MC スキルが、社会的スキルに正の影響を与えることが示された ($\beta=.40$, $p<.01$).

Table 2 MCスキルが社会的スキルに与える影響

	社会的スキル
R^2	.19 ***
MCスキル (同性)	.40 **
MCスキル (異性)	.09 <i>n.s.</i>

** $p < .01$, *** $p < .001$

次に、携帯メール相手が同性である場合のMCスキルの4因子を独立変数、社会的スキルを従属変数として重回帰分析を行った (Table 3)。その結果、携帯メール相手が同性である場合の重決定係数は $R^2 = .27$ ($F(4, 487) = 42.85$, $p < .001$) となり、気持ちの解読可能性が社会的スキルに正の影響を与えることが認められた ($\beta = .47$, $p < .001$)。

Table 3 MCスキル (同性) が社会的スキルに与える影響

	社会的スキル
R^2	.26 ***
送信時間帯の配慮	.07 <i>n.s.</i>
相手の気持ちの解読可能性	.47 **
相手を配慮した反応	-.01 <i>n.s.</i>
返信の適切性	.08 <i>n.s.</i>

** $p < .01$

次に、携帯メール相手が異性である場合のMCスキルの4因子を独立変数、社会的スキルを従属変数とし、重回帰分析を行った (Table 4)。その結果、携帯メール相手が異性である場合の重決定係数は $R^2 = .13$ ($F(4, 487) = 17.371$, $P < .001$) となり、気持ちの解読可能性が社会的スキルに正の影響を与え ($\beta = .47$, $p < .001$)、送信時間帯の配慮は負の影響を与えることが認められた ($\beta = -.30$, $p < .001$)。

Table 4 MCスキル (異性) が社会的スキルに与える影響

	社会的スキル
R^2	.13 ***
送信時間帯の配慮	-.30 **
相手の気持ちの解読可能性	.53 **
相手を配慮した反応	.04 <i>n.s.</i>
返信の適切性	-.06 <i>n.s.</i>

** $p < .01$

【考察】

本研究の目的は、携帯メール相手が同性である方が異性であるよりも、MCスキルが社会的スキルに与える影響が強い。また、MCスキルの「相手の気持ちの解読可能性」は、社会的スキルに影響するという仮説を検証することであった。本研究の結果、メール送信者のMCスキルには性差が認められず、同性に対するMCスキルが社会的スキルに影響を与え、「相手の気持ちの解読可能性」は、携帯メール相手の性別にかかわらず、社会的スキルに強い影響を与えていることが示された。

1. 高校生の携帯電話の利用の実態

携帯電話の所有及び使用の実態調査から、対象者の95.9%が携帯電話を所持しており、ほぼ毎日携帯メールを使用している生徒が65.7%であった。また、一日の送受信数の平均は28.8通であった。文部科学省 (2009) によると、全国の高校生の平均は95.9%であり、「毎日メールを利用している」と回答した人が83%であった。このことから、対象者が全国平均よりも携帯電話の所有率がやや高く、メールの使用頻度がやや低いことが示唆された。

2. MCスキルが社会的スキルに与える影響

本研究の結果、携帯メール相手が同性である場合は異性である場合よりも、MCスキルが社会的スキルに与える影響が強いことが示された。また、携帯メール相手が異性である場合は同性である場合よりも、「相手の気持ちの解読可能性」が社会的スキルに与える影響が強いことが示された。

携帯メールにおいて「同性の友人」が重視されるということは、先行研究においても報告されている。足立ら（2003）の研究によると、「同性の友人」は、「ふだんいっしょにいるとき心が落ち着く対象」、「大変困った問題にぶつかったときに相談する対象」、「大変困ったときに意見を重んじる対象」として捉えられており、「同性の友人」が人間関係において、非常に重要な存在であることが示されている。このことから、「同性の友人」とのメール上でのやりとりが、実際の社会生活においても強く影響している可能性が示唆される。

また、携帯メール相手が異性である場合は同性である場合よりも、相手の気持ちを読み取ろうとする能力が社会的スキルに影響していることの要因として、高校生における異性の友人とのコミュニケーション場面の少なさにあると考えられる。高校生にとって、異性の友人は同性の友人よりも、普段の学校生活における対面形式のコミュニケーションは「同性」の友人ほど多くはないと考えられる。そのため、メール上で誤解を受けていたとしても、それを修正する機会が少ないため、メールの一文一文に気を配り、相手がどう考えているかを解読する能力が社会的スキルに、より強く働く可能性が考えられる。

3. 総合的考察

本研究の結果から、MC スキルには男女間に有意な差は認められず、同性に対するMC スキルが社会的スキルに影響を与え、「相手の気持ちの解読可能性」は携帯メール相手の性別に関わらず社会的スキルに強い関連があることが示された。このモデルが支

持されるのであれば、同性とのメール上のやりとりを円滑に進めることやメール上でのやりとりでも相手の気持ちや状況を気遣うことにより、実際の社会生活を円滑に進めることに繋がると考えられる。先行研究において、「相手の気持ちの解読可能性」は、社会的スキル（菊池，1988）、友人関係尺度（岡田，1995）、人当たりの良さ尺度（工藤，1983）との相関が示されており、一貫して、対人関係における重要な因子であることが示されている（高橋，2003）。本研究においても、「相手の気持ちの解読可能性」は社会的スキルと強い関連が示されたことから、今後の携帯メールに着目した SSE において重視する必要があるスキルであると考えられる。

4. 今後の課題

本研究の問題点として、まず、携帯メール相手が異性である場合、MC スキル以外の要因が社会的スキルに影響を与えている可能性が考えられる。そのため、今後は新たな変数として、菊池（2004）によって社会的スキルとの相関が示されたと報告されている学校生活満足度尺度（高校生版）（川村，1999）、コーピング尺度（和田，1992）を加えて検討を行う必要がある。

また、精神的健康予防として児童・青年期においては社会的スキルが重視される。したがって、今後は対象者を高校生だけではなく、小中学生にも拡大して検討する必要性がある。

また、携帯メールの相手の特定について検討する必要がある。本研究においては、携帯メール相手を「同性の友人」と「異性の友人」に特定した。その結果、「同性の友人」の場合の MC スキルが、社会的スキルに正の影響を

与えていることが認められた。今後、MC スキルが社会的スキルに影響を与えるという本研究のモデルを用いる場合、「同性の友人」をより詳細に区別することで、携帯における MC スキルと社会的スキルの関係が明らかになると考えられる。辻 (2002) の研究では、現在の高校生がどのような人間関係を重視しているのかという点について、「現在の学校の友達」が最も多く全体の 90.3%であることが報告されている。携帯メールは、「現在の学校の友達」との人間関係においても重要な役割を果たすと考えられる。今後は「同性の友人」を「クラスメイトである友人」や「他のクラスの友人」、など詳細な区別をすることで検討する必要がある。

【引用文献】

- 足立由美, 高田茂樹, 雄山真弓, 松本和雄 2003 携帯電話コミュニケーションから見た大学生の対人関係 教育学研究年報 29, 7-13
- 江村理奈, 金山元春, 中治佐喜子, 新見直子, 前田健一 2006 中学校新入生に対するソーシャルスキル教育の効果 広島大学心理学研究 5, 149-159
- 本田真大 2009 高校生を対象とした「携帯電話のメール」をキーワードとした SST 月刊学校教育相談, 22-25
- 石川信一, 岩永三智子, 山下文大, 佐藤寛, 佐藤正二 2010 社会的スキル訓練による児童の抑うつ症状への長期的効果 58, 372-384
- 石川信一, 山下朋子, 佐藤正二 2007 児童生徒の社会的スキルに関する縦断的研究 カウンセリング研究 40 (1), 38-50
- 文部科学省 2009 平成 21 年度青少年を取り巻く有害環境対策の推進報告書
- 内閣府政策統括官 (共生社会政策担当) 2010 青少年のインターネット利用環境実態調査
- 大貫和則, 鈴木佳苗 2007 高校生のケータイメール利用時に重視される社会的スキル 日本教育工学会論文誌 3, 71-83
- 佐藤寛, 今城知子, 戸ヶ崎康子, 石川信一, 佐藤容子, 佐藤正二 2003 児童の抑うつ症状に対する学級規模の認知行動療法プログラムの有効性 教育心理学研究 57, 111-123
- 高橋秀暢 2003 メールコミュニケーションスキル尺度の作成 日本社会心理学大会発表論文集, 1-48.
- 高下洋之・杉山雅彦 1993 不登校を伴う社会的引きこもり児に関する社会的スキル訓練 特殊教育学研究 31 (2), 1-11
- 竹内伸宜 2007 学生の携帯メール送信・web 閲覧と社会的スキルとの関係 -メディア利用への評価意識とのかかわりの分析- 神戸海星女子学院大学研究紀要 46, 109-117
- 辻泉 2002 高校生の人間関係に関する考察 -学校外における友人関係を中心に- 本教育工学会論文集 31, 189 - 192

(受付日2011年9月30日)

(受理日2011年10月14日)